



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین  
معاونت پژوهشی

دانشکده بهداشت و پیراپزشکی

گزارش نهایی طرح تحقیقاتی

عنوان:

سنجش توان بی‌هوازی و سرعت انقباض عضلات در میان دانشجویان فوریت‌های پزشکی در سال

۱۳۹۵

استاد راهنما:

دکتر سکینه ورمزیار

مجری / مجریان

پیام حیدری

سجاد عطایی

تابستان ۱۳۹۵

## ۱-۱- چکیده

**مقدمه:** با توجه به سختی موجود در شغل فوریت‌های پزشکی، کارکنان آن باید از آمادگی جسمانی بالایی برخوردار باشند. لذا مطالعه‌ی حاضر با هدف سنجش توان بی‌هوازی و سرعت انقباض عضلات در میان دانشجویان فوریت‌های پزشکی در سال ۱۳۹۵ انجام شده است.

**روش کار:** پژوهش حاضر توصیفی-تحلیلی و از نوع مقطعی است که در بین ۴۷ نفر از دانشجویان فوریت‌های پزشکی شهر قزوین که به‌صورت سرشماری انتخاب شدند، انجام گرفت. برای سنجش توان عضلات پا از آزمون پرش سارجنت (معروف به آزمون پرش عمودی) و برای سنجش سرعت انقباض عضلات، از آزمون دوی ۴۵ متر (۵۰ یارد) استفاده شد.

**نتایج:** بر اساس آزمون پرش سارجنت ۵۹/۹٪ از دانشجویان در رنج سنی ۱۹-۱۶ سال و ۳۹/۳٪ در رنج سنی مساوی و بیش‌تر از ۲۰ سال از نظر سنجش توان عضلات پا در طبقه‌ی ضعیف و خیلی ضعیف قرار داشتند. نتایج آزمون‌های تی‌تست مستقل و تحلیل واریانس هم نشان داد بین میانگین توان بی‌هوازی از پرش سارجنت و دوی ۴۵ متر با گروه‌های وزنی، قدی و شاخص توده‌ی بدنی ارتباط آماری معناداری وجود دارد ( $P < 0.01$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج مطالعه حاضر نشان داد که متغیرهای دموگرافیک وزن، قد و BMI از عوامل تاثیرگذار در تعیین میانگین توان بی‌هوازی و سرعت انقباض عضلات هستند به طوری که دانشجویان از لحاظ بُعد آمادگی جسمانی سرعت در وضعیت نرمال قرار داشتند. بنابراین افراد با ترکیب بدنی نامناسب یا قدرت عضلانی پایین، افراد مناسبی برای شغل فوریت‌های پزشکی نیستند.

**کلمات کلیدی:** توان بی‌هوازی، سرعت انقباض عضلات، فوریت‌های پزشکی